



دانشگاه علوم پزشکی تهران
معاونت تحقیقات و فناوری
مدیریت امور پژوهشی



اسفند ماه ۱۴۰۳



نشست خبری برای ارائه پیام پژوهشی

تاثیر مکمل های پروبیوتیک بر وزن در بیماران کبد چرب

مجری اصلی:

دکتر لیلا آزادبخت، فوزان جوادی، دانشکده تغذیه و رژیم درمانی



طرح تحقیقاتی با عنوان "تاثیر مکمل یاری پروبیوتیک، پره بیوتیک و سین بیوتیک بر روی شاخص های آنتروپومتریک در بیماران مبتلا به کبد چرب غیر الکلی: یک مرور نظام مند و فراتحلیل" توسط خانم دکتر لیلا آزادبخت عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران به عنوان مجری اصلی اجرا شده و در سال ۱۴۰۳ خاتمه یافته است. این پژوهش ارزشمند توانسته است به ارتقای سطح دانش و سلامت در حوزه سلامت گوارش و متابولیک کمک نماید. در ادامه خلاصه ای از پیام پژوهش و کاربرد آن در راستای ارتقای سلامت جامعه برای استفاده از ذینفعان توسط مجری محترم به اشتراک گذاشته شده است. امید است این دستاورد بتواند راهگشای توسعه و کاربردی شدن نتایج پژوهش ها باشد.



✍ خود را معرفی کرده و سوابق علمی و اجرایی مرتبط با طرح حاضر را مختصر بیان کنید.

با سلام، اینجانب دکتر لیلا آزادبخت، دکترای علوم تغذیه و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران هستم. زمینه پژوهش ها و آموزش های من عمدتاً در حوزه تغذیه جامعه، نقش تغذیه در پیشگیری از بیماریهای غیر واگیر و تغذیه گروه های ویژه و آسیب پذیر است.

✍ تیم مجریان و همکاران طرح را همراه با وابستگی سازمانی آنها معرفی فرمایید.

اعضای تیم تحقیق عبارتند از دکتر لیلا آزادبخت، متخصص تغذیه و رژیم شناسی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران
خانم فوزان جوادی، دانشجوی کارشناسی ارشد علوم بهداشتی تغذیه در دانشگاه علوم پزشکی تهران
جناب آقای پیشوا ارژنگ کارشناس ارشد تغذیه شاغل در دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه

✍ مخاطبان نتایج و پیام حاصل از طرح پژوهشی شما چه افراد/گروه هایی هستند؟

مخاطبان اصلی پژوهش بیماران مبتلا به کبدچرب غیر الکلی هستند

✍ یک عنوان کوتاه جذاب و قابل فهم برای مخاطبان که نمایانگر پیام اصلی پژوهش شما باشد، بیان کنید.

کمک پروبیوتیک‌ها و پره‌بیوتیک‌ها به کاهش وزن و بهبود شاخص‌های بدنی در کبد چرب غیر الکلی

✍ پیام کلیدی پژوهش شما چیست؟

مکمل‌های پروبیوتیک، پره‌بیوتیک و سین‌بیوتیک می‌توانند به کاهش وزن، BMI، دور کمر و چربی بدن در بیماران کبد چرب غیرالکلی کمک کنند، اما بر توده عضلانی یا دور باسن تأثیر قابل توجهی ندارند. این نتایج امیدبخش است، ولی برای تأیید نهایی نیاز به مطالعات دقیق‌تر وجود دارد.

✍ پیام پژوهشی خود را در قالب زیر بسط دهید و بیان کنید که "چه کسی"، "چه چیزی"، "چرا" و "کجا"

از نتایج پژوهش شما استفاده می‌کند.

- اهمیت و نوآوری موضوع
این پژوهش جز اولین فراتحلیل جامع درباره تأثیر پروبیوتیک‌ها، پره‌بیوتیک‌ها و سین‌بیوتیک‌ها بر شاخص‌های بدنی در بیماران کبد چرب غیرالکلی است که رویکرد جامع به تمامی شاخص‌های تن سنجی دارد. یافته‌های آن می‌توانند راهگشای درمان‌های کمکی و غیردارویی برای کنترل وزن و بهبود سلامت متابولیک این بیماران باشد
- مهمترین نتایج طرح به زبان غیر تخصصی
این تحقیق نشان داد که مصرف منظم پروبیوتیک‌ها و پره‌بیوتیک‌ها می‌تواند به کاهش وزن، کوچک شدن شکم و بهبود شاخص توده بدنی کمک کند. هرچند این مکمل‌ها تأثیر خاصی روی افزایش عضله یا تغییر سایز باسن ندارند. این یافته‌ها برای افرادی که دنبال روش‌های طبیعی برای مدیریت کبد چرب هستند، بسیار امیدوارکننده است.

• موارد کاربرد نتایج طرح

- برای بیماران: استفاده از این مکمل‌ها به عنوان کمک‌کننده در کنار رژیم غذایی و ورزش.
 - برای پزشکان: استفاده این روش به عنوان بخشی از برنامه درمانی کبد چرب.
 - برای تولیدکنندگان: تولید مکمل‌های اختصاصی برای این بیماران.
 - برای پژوهشگران: انجام تحقیقات بیشتری در این زمینه.
 - برای مراکز بهداشتی: ارائه برنامه‌های آموزشی درباره فواید این مکمل‌ها.
- به طور کلی این نتایج هم به درمانگران و هم به بیماران کمک می‌کند تا گزینه‌های بهتری برای مدیریت کبد چرب غیر الکلی داشته باشند.

✍ دو تأثیر و یا کاربرد اصلی پژوهش شما چیست؟

تأثیر اول: کمک به کاهش وزن و بهبود شاخص‌های آنتروپومتریک (مانند BMI و دور کمر (در بیماران کبد چرب غیرالکلی
تأثیر دوم: ارائه یک گزینه درمانی کمکی و ایمن (پروبیوتیک/پره‌بیوتیک) در کنار روش‌های مرسوم مدیریت کبد چرب

✍ محدودیت‌های شواهد و نتایج به دست آمده در طرح شما چه بوده است؟

محدودیت اصلی این پژوهش ناشی از تنوع در روش‌های مطالعاتی، تفاوت در دوزها و مدت زمان مصرف مکمل‌ها، و عدم کنترل کافی عوامل مداخله‌گر مانند رژیم غذایی و فعالیت بدنی بود. همچنین، کمبود مطالعات بلندمدت و گزارش ناکافی عوارض جانبی، تعمیم نتایج را با چالش مواجه کرده است. با وجود نتایج امیدوارکننده، برای دستیابی به توصیه‌های بالینی قوی‌تر، انجام پژوهش‌های آینده با طراحی دقیق‌تر ضروری است.

✍ انجام چه پژوهش‌هایی را در ادامه تحقیق خود پیشنهاد می‌دهید که می‌تواند منجر به کاربردی‌تر شدن نتایج و تأثیر بیشتر یافته‌های شما شود؟

پژوهش‌های آینده باید بر انجام مطالعات دقیق‌تر با طراحی استاندارد متمرکز شوند تا بتوان به نتایج قابل اعتمادتری درباره تأثیر پروبیوتیک‌ها و پره‌بیوتیک‌ها بر کبد چرب غیرالکلی دست یافت. پیشنهاد می‌شود مطالعاتی با دوره پیگیری طولانی‌تر، جمعیت‌های متنوع‌تر و کنترل دقیق‌تر عوامل مداخله‌گر انجام شود تا امکان تعمیم‌پذیری بهتر یافته‌ها فراهم گردد. همچنین بررسی مکانیسم‌های دقیق تأثیر این مکمل‌ها بر بهبود شاخص‌های متابولیک و آنتروپومتریک می‌تواند به درک عمیق‌تری از نقش آن‌ها در مدیریت این بیماری کمک کند.

✍ ادامه مسیر کاربردی کردن یا اجرای پژوهش‌های آتی، به چه حمایت‌هایی از سمت مسئولین و نهادهای مرتبط نیاز دارد؟

برای تحقق کاربردی‌سازی این یافته‌های پژوهشی و اجرای مطالعات آینده، نیازمند همکاری و حمایت چندجانبه مسئولین و نهادهای مرتبط هستیم. در گام نخست، جذب سرمایه‌گذاری هدفمند برای انجام پژوهش‌های گسترده و طولانی‌مدت ضروری است. این بودجه‌ها باید به مطالعاتی اختصاص یابد که با طراحی دقیق و استانداردهای بالا به بررسی تأثیرات این مکمل‌ها بپردازند. همچنین، ایجاد شبکه‌ای از متخصصان شامل پژوهشگران، پزشکان و متخصصان تغذیه می‌تواند به طراحی پروتکل‌های درمانی یکپارچه کمک کند. این همکاری‌ها باید با پشتیبانی نهادهای سیاستگذار

سلامت و با هدف تدوین دستورالعمل‌های بالینی مبتنی بر شواهد صورت گیرد. توسعه زیرساخت‌های لازم برای تولید مکمل‌های استاندارد و در دسترس، از دیگر الزامات مهم است. این امر مستلزم مشارکت بخش‌های صنعتی و نظارت دقیق مراجع ذیصلاح بر کیفیت محصولات است. در نهایت، برنامه‌ریزی برای آموزش عمومی و تخصصی درباره نحوه و مزایای استفاده از این مکمل‌ها می‌تواند به بهره‌برداری مؤثر از نتایج پژوهش کمک کند.

آیا نتایج طرح شما منجر به تغییری در ابعاد اجتماعی، سیاسی، فرهنگی، بهداشتی، آموزشی، ارزش‌های دینی یا قوانین سازمان غذا و دارو شده است؟

نتایج این پژوهش می‌تواند زمینه‌ساز تغییراتی در ابعاد مختلف شود. از نظر بهداشتی، امکان گنجاندن پروبیوتیک‌ها در پروتکل‌های درمانی کبد چرب را فراهم می‌کند. در بعد آموزشی، نیاز به برنامه‌ریزی برای آگاهی‌بخشی به پزشکان و جامعه درباره مزایای این مکمل‌ها را نشان می‌دهد. از منظر سازمانی، می‌تواند مبنای بازنگری در سیاست‌های تولید و عرضه مکمل‌های غذایی قرار گیرد. همچنین این یافته‌ها پتانسیل تأثیر بر ارزش‌های اجتماعی مرتبط با سبک زندگی سالم را دارند. با این حال، تحقق این تغییرات مستلزم انجام مطالعات تکمیلی و حمایت نهادهای ذی‌ربط است.

در صورتی که این طرح منتج به مقاله شده است لینک مقاله (ها) را اعلام کنید. (ترجیحا DOI) مقاله سابمیت شده ولی هنوز منتشر نشده است.

اگر مخاطبان یا سایر پژوهشگران بخواهند با شما ارتباط برقرار کنند، مسیر ارتباطی شما چیست؟

تلفن: ۰۲۱-۸۸۹۵۵۸۰۵

ایمیل: azadbakhtleila@gmail.com

حداکثر چهار مرجع اصلی استفاده شده در طرح خود را ذکر نمایید:

1. Bellentani S, Scaglioni F, Marino M, Bedogni G. Epidemiology of non-alcoholic fatty liver disease. Digestive diseases. 2010;28(1):155-61.
2. Godoy-Matos AF, Silva Júnior WS, Valerio CM. NAFLD as a continuum: from obesity to metabolic syndrome and diabetes. Diabetology & metabolic syndrome. 2020;12:1-20.
3. Hydes TJ, Ravi S, Loomba R, Gray ME. Evidence-based clinical advice for nutrition and dietary weight loss strategies for the management of NAFLD and NASH. Clinical and Molecular Hepatology. 2020;26(4):383.
4. Chen J, Vitetta L. Gut Microbiota Metabolites in NAFLD Pathogenesis and Therapeutic Implications. Int J Mol Sci. 2020;21(15).

در خاتمه، اگر توضیح یا نکته دیگری باقی مانده، بیان کنید.

شناسنامه خبر

عنوان طرح: تاثیر مکمل یاری پروبیوتیک، پره بیوتیک و سین بیوتیک بر روی شاخص های آنتروپومتریک در بیماران مبتلا به کبد چرب غیر الکلی: یک مرور نظام مند و فراتحلیل

کد طرح: ۶۴۵۴۴

مجری اصلی: دکتر لیلا آزادبخت

تاریخ اختتام: ۱۴۰۳/۱۲/۲۲

لینک مقاله: در دست انتشار